

健康あんぱち 21

『気を付けましょう！
“メタボ該当者”が増えています！！』

今年度も特定健康診査（特定健診）を受けていただけただでしょうか？特定健診は、「内臓脂肪型肥満」に着目した健診で、『メタボ健診』とも呼ばれています。内臓脂肪が蓄積すると、下の図のような順序をたどって糖尿病の合併症（腎不全・失明など）や脳卒中や心筋梗塞などの生命に関わる病態へと進行します。

特定健診は、危険な病態へ進行してしまう前のサインを早期発見し、生活習慣を改善していただくために行っています。また、続けて受けることで、経年的に自分の身体の変化を知ることができるため、毎年欠かさず受診することが大切です。

安八町の平成 22 年度の健診結果（受診率：44.1%）によると、メタボ該当者は男性：187名（県内 5 位）、女性：120 名（県内 3 位）、メタボ予備群は男性：90 名（県内 10 位）、女性：50 名（県内 6 位）で、岐阜県内の市町村の中で、男女ともにメタボ該当者・予備群が高くなっています。

保健センターでは、これらの方々に対し、お一人お一人の状態にあった生活習慣の改善に向けたサポートを継続的に行っています。また、2ヶ月に1回安八温泉にて健康相談を実施しております。次回は2月17日（金）ですので、ぜひご利用ください。

【表】平成 22 年度特定健診結果
（受診者中のメタボ該当者・予備群の割合）

